









పిల్లలకు పుష్టియైక ఆహారము

శ్రీధారనాథుడు డిప్లొమ ఆర్. అయి కామిడ్ గారి యవన్యాయము

పాలెంతలకు చూల్చడలకు గూడ పుష్టికరమైన ఆహారము ఆవశ్యకము

ఉదకమండనంబు ఆరోగ్యవరముక, వ్యవసాయముక ప్రదర్శనము జరుపబడెను. ఆ సందర్భములో గాల్వరు డిప్లొమ. ఆర్. అయి కామిడ్ గారు "ఆహారము, శిశుసంరక్షణము" అను విషయము యాక్షింపిరిగా యవన్యాయించిరి.

కడుపులో ఉన్న విజ్ఞమనుకూడ పుష్టియైక ఆహారము. శిశువు ఇద్దరును దుర్బలము లగుదురు. గర్భవతియైన తల్లికిని ఆహారములో శిశు భస్మసంబంధమైన యెలము (కార్బియం యెలము) తక్కువగానుండెను యెలల పుష్టికరమైనది సంతములు పుష్టిపూర్వక సంభవించును. ఇటువంటివే మరొకటి శిశుభావము ఆమెకిది ఆహారముగ నుండవలెను. గర్భములో విండము వృద్ధియగు నప్పుడు శిశువుయొక్క మస్తిష్కము (తలలోని మెదడు) జన్మముక మాత్రము ముఖ్యముగా చాల పుష్టిగా ఎదుగుచుండవలెను. అది పుష్టిగా ఎదుగుటకుకర్తవ్య ఆహారమును చూడెంతల తివరము నంటి "పి" సంజ్ఞల శిశుభావపు ఆమెకిది ఆహారముగా పుష్టికరముగా నుండవలెను. అట్టి ఆహారములో ఫలితములు ఋణావృత్యముల సాక్ష్య ప్రమాణములు చూచు ఇటీవల కూడాలుగా లభించినవి.

దాతుడు కావచ్చునదవ్యములు కాబట్టి శిశుసంరక్షణకు ముఖ్యధారమేమనగా చూడెంతలగా నున్నప్పుడు విజ్ఞమ పాలిచ్చు చూడెంతలగా నున్నప్పుడు తల్లికి పుష్టికర ఆహార ముండవలెను. ఈ విషయమును యితర దేశాలవారు బాగుగా గమనించి అందువల్లనే ఇంగ్లండులో చివర బాలెంతలకు చూడెంతలను ఉన్నయెడల వారికి ఉచితముగాగాని, పాకగాని, మందిపాలుకు, ధాతుకరమైన ఆహారమును ప్రభుత్వమువారి సర్వము చేయుదున్నారు ఇటీవల అంతర్జాతీయ సభలకు మంచి బలవర్ధకమైన ఆహార మెట్లుండవలెనో నిర్ణయించుచు యాక్షింపిరి రీతిగ నిరూపించిరి.

కోజు 1 (1) విందు కొలల పాలు (2) ఒక కోడిగుడ్డు (3) ఒక బేప్పూ నాన్న (4) 8 బేప్పూ ఆరవారము ఇటువంటి ఆహారము శరీరమును యాతిహాసలముకి తీయవలగ ధాతు పుష్టి కలది నిర్వచించిరి

విద్యార్థులైన విా కంపెరికి యాక్షింపాలూ తన్ను తాజాధారము ఆహారద్రవ్యమును గూర్చు నేను విద్వంసి చెప్ప వక్కరలేను. డక్షిణ హిందూస్థానులో యా దేశా త్రాజాహర ద్రవ్యములలో ప్రధానమైన పాలు ప్రజలకు సమృద్ధిగా లభించుచుండెను. అట్టి సందర్భములో మనకి 1: కోజు 18 ఒకపాలుకు ప్రమాణం (సుమారుకోజు) తాగవలెనని బాలెం

తలకును చూడెంతలకును నిర్ణయించుచున్న ఆహారమును గూర్చి వివరించెను. కాని పాలిచ్చు తల్లికి ఆహారపుష్టి యుండవలెను. ఈకారణంబు దేవ్యా పాలలోను, పాకపాలలోను అనేక పాక వైర మేలుకరకముల తయారై దినుకరి యగుచున్నవి.

మానవ శిశువునకు సులభముగా జీర్ణము కాగల్గినట్లు తల్లిపాలలో సమానమైనట్లయిన ధాతు ప్రమాణములగు డిక్టోరములకూడ తయారగుచున్నవి. అట్టి పాలద్రవ్యముల పిల్లలకు ఉపయోగపరమేమనగా చూడెంతలగా విజ్ఞమ పండ్ల రసములను యిచ్చుచుండవలెను. అందువల్ల విజ్ఞమ "పి" సంజ్ఞల శిశుభావపు శరీరమున వృద్ధి యగును. ధనిమల యింట్లో విజ్ఞమ పాకపాలలో యొక్కలమున పరిపాటి యగుచున్నది. కాని "పేద పాలు"జనమంతయును విజ్ఞమ సర్వమునే ఇచ్చుచున్నది. ఎందువల్లనో, ఆవుపాలుగాని డిక్టోపాలుగాని వారు "పాకపాల"ని భరింపలేరు. అదిన్నీగాక వాళ్ళు మురికిగా తీయించుచున్నారు. అనేక క్రిమికీడుములకు వారి పిల్లలు పాలుపరుచుచున్నారు. అట్టి వాళ్ళు బాగులను ఢిక్కరింపల ధాతుపుష్టి వారి పిల్లలకు కలుగుచుకాక ప్రభుత్వే వారిపిల్లలకు సర్వరీతముల ప్రభుత్వే యున్నది. విజ్ఞమ తల్లిపాలిచ్చినను, మరేజనువు యొక్క పాలిచ్చినను, తీరమునపైకి తీసిపెట్టె గల ఆహారములకు పాకపాల యుండవలెను. అతీయెక్కు ఆహారములో శిశుభావము లేని యెడల తన శరీర తక్కువగా ఉన్న లోపములనే తన పాలలోకూడ చూపుచుండును

తల్లి ఆహారము "పి" సంజ్ఞల శిశుభావపు లోపించియున్నయెడల, అమె పాలిచ్చెడి విజ్ఞమ పాకపాలలోనే సమానమైన కచ్చియను అది విజ్ఞమ ప్రాణములయొక్క వాగులను ఢిక్కరింపల ఆమె "పి" సంజ్ఞల ధాతుద్రవ్యముల ఆహార మెక్కువగా తినవలెను

పప్పున దేశములో 6 మాసములు మొదలు 9 మాసముల వరకును తిల్లులు విజ్ఞమ పాలిచ్చుచున్నారు అటున్న పిల్లలకిచ్చెడి ఆహారముగ ఆవుపాక పిల్లలకాగి చేరియుండును

కా, యా ప్రాచ్య దేశాలలో విజ్ఞమ ఎక్కువ ప్రాచ్యమున చెప్పవలెను తిల్లులు పాలిచ్చుచున్నప్పుడు, కారణమేమనగా, మాతృ సర్వమునకు బరులుగా ఆవుపాలు సమృద్ధిగా లభిం లభించుచుండెను. ఏప్రాంతంలోనైనను తల్లి పాలను మాన్పించవలెనని యుండును. తల్లి

పాలను మాన్పించినవలోనే విజ్ఞమ పాకపాలము లన్నియు ప్రాప్తించుచుండును. అప్పుడే యా శిశు సందర్భావప్రకారము ప్రజల కన్నకర సహాయములను చేయవలెనని వారగుచుండును. అనేక బాధకములను తొలగించవలెనని యుండును. తల్లి పాలిచ్చువారిని పిల్లలో విజ్ఞమ ఆవుపాలుగాని, గేద పాలుగాని "పేదపాల"కి గర్భంగా సర్వము చేయుటకు తగినంత ప్రయత్నము యా శిశు సందర్భావ సంఘములవారికి లేదు. అందువల్ల తల్లిపాలను విడిచి విజ్ఞమ చెంబునే అన్నప్రాశన చేయుదురు. అట్టివ్యాధులవల్లనే దుర్బలములగు నుండునప్పుడు యా శిశు సందర్భావ సంఘముల వారు కండ్లూ రెండు ఒక్కరించి చెయ్యవలెనని మిన్న క తేరిపాక జూచుచున్నారు.

మిగిలిన పాలు ప్రభుత్వమిడిన శిశువులకు పాకపాల పోయిన నప్పుడు రెండు పద్ధతులను అవలంబించుచున్నాము. మిగిలినపాలు పాకగా లభించగలవు. అదిన్నీగాక, అందులో అతీ కలగజేసి సమగ్రదా గ్రహన జెప్పవలెను. మామూలుపాల కంటె యా పాలు భరిం మాడువలెనని కల్పన లేదు. కనక, యా దేశములో జెప్ప నేను చూచున నవి తయారుచేసెడి కాగ్లానాలను వృద్ధిచేసి వచ్చి పాలలోనుండియే చెప్ప ను తీసివేసి ఆ చెప్ప తీసిన పాను పాకగా అమృతమును. పాలు విడిచిన విజ్ఞమ కాగ్లానాల ఆయును (చేపనానెను మాడ) యిచ్చుచుండవలెను. దీనిని "పి" సంజ్ఞల శిశుభావపు సర్వము అగును. ప్రస్తుత ఫలి తిల్లులలో యా చెప్ప తీసిన పచ్చిపాలు సర్వము చేయుటగాని కొనుగోలుగాని దుర్భరంగానే ఉన్నది

దీనికి బరులుగా పోయియున్నదనియు చూచున రెవములలోనుండి తీసి తీరుచునేనెన తీరములు వైశాఖ జపానులోను ఎక్కువగా వాడుబడుచున్నది

ప్రమాది శిశుసంరక్షణ సంఘములవారు రెండు సంవత్సరములకు లోపిన విజ్ఞమ పాకపాల మార్చిపే ప్రధానమైనవలెను. అంతకుముందు చిన వయస్సుగల పిల్లల ఆరోగ్యమును గూర్చి శ్రద్ధవహించి సహాయము చేయుటకు మరొకాడను చూచున 6 వ ఏటగాని, 7 వ ఏటగాని పిల్లల పాకపాలకు పోవుచుండును ఉచ్చ శిశులలోని వచ్చిన వాగకదేశాలలో పాకపాలం నుండు పిల్లలవిషయమై పాకపాలలకు సంబంధించిన వైద్యులే శ్రద్ధవహించుచున్నారని కార యా భారతదేశంలో విద్యార్థుల వైద్యసంస్థలగాని, శిశుసంరక్షణ సంఘముగాని ఎక్కువగా కచ్చి పొందలేదు. అందుచే ౦ క ను కై శిశువలో నున్నది. అందువల్ల పాకపాలకు వాడెట్టి విజ్ఞమ వయోవర్తమాకాలము యాక్షింపాలో రావాద యాని ఎటుండగలదో నిర్ధారణగా చెప్పబడును.

అట్టి వయోవర్తమాకాలంలో శిశువు యొక్క ఆహారపోషకములకు లోపభూయిష్టముగా నుండగలను. ఇటీవల లండనులోని ఎరీ మెంట్ పాకపాలందలి పిల్లలను డాక్టర్లు పరీక్షించి చూడగా, వారు పాకపాలకు లోపభూయిష్టమే దుర్బలాహారపోషకమై యుండినని నిర్ణయించ గల్గిరి. అందువల్లనే వారు దుర్బలమై యుండుటకు కారణ మని నిర్ణయించిరి.

అదే విధంగా యా దక్షిణ హిందూస్థానము లోని పాకపాలలో క్రొత్తగా ప్రవేశ పెట్టబడెడి విజ్ఞమ పరిశీలించి జూచివయెడల, వారి శరీరకు పూర్వము సమకాలిని ఆహారము సోపంగియుండుటవల్లనే వారెట్లు సుస్థులయై యున్నారని తెలియ గలదు.

కాబట్టి పాకపాలలో ప్రవేశించుటకు పూర్వమే విజ్ఞమ పిల్లల పిల్లల ఆహారమెండుగలవలెనని విషయములో యా రాష్ట్రీయ ప్రభుత్వ ఆరోగ్యశాఖాధికారులు శ్రద్ధవహించవలెనని కోరుచున్నాము.

పాకపాలలోని బాలబాలికల దాగ్ధ్యము బహిష్కరణించి చదువుకొనెడి పిల్లలవిషయము అలాగే విషయము. మద్రాసుకొల్లెయేమన వారి ఆరోగ్యశాఖాధికారుల నివేదికలను చూడెం డిగత 10 సం.కి సంపాదించి కార్పొరేషనులలోని పిల్లల నిల్వలను విధిగా పరీక్షించుచున్నయిప్పుడు 1938 సం.లో 20, 587 మంది స్కూలుపిల్లలను పరీక్షించిరి. అవగా నూటికి 430 మంది అవగానూటికి 28 వంతుమంది ఆహారలోప మవల్లనే దుర్బలమై యున్నారని నిర్ణయించిరి. 1980 మంది పిల్లలు అవగా నూటికి 9 వంతు మందికి వాటిపూర్వగాని శీర్షకోశము పుండునది యుండుటగాని కచ్చింపించిడివలెననియు ఆహారలోపములకు నివారణము

అక్రమాహారదోషము కాని 1934 సం.లో ఇటువంటి బాలర సంఖ్య కార్పొరేషనులలోని పిల్లలకు తక్కువగా కచ్చింపుచున్నది ఈ విషయము యికమందకూడ ఆరోగ్యశాఖాధికారి కచ్చింపుచుండవలెనని కోరు చున్నాము

మద్రాసు కార్పొరేషనులలోని పిల్లల పరీక్షాపిల్లలలో చాలమంది నగరములో ఉండే పేద వారి పిల్లలయియున్నాడు కనుక సంపన్నుల పిల్లల కన్న పేర ఎక్కువగా పుష్టిలేని అవసర్యతలకు లగున తినుచుండురు గ్రామములలోని ఎరీమెంట్ పాకపాలలోని పిల్లలకు దాగ్ధ్యము తనని చేయుచు కానేలేదు

కనక వారి ఆహారలోని పిల్లలను పేద వారి పరీక్షించివచ్చుచున్నా వాటిలో తెలిసికొనుటకు తగినవ్యాఖ్యధారములు లేకగించవలెను లభించుచుండెను.

కాని, దక్షిణదేశములోని పిల్లలను పేద వారి పరీక్షించివచ్చుచున్నా ఆహారలోపము వారిలో చాలగా కచ్చింపుచున్నది. ఈరాజధానిలోని ప్రతి పాక

కాలంలోను ఆహారలోపమువల్లనే దుర్బలమై యున్నా గాన్చుకొనున తప్పుక నూపించగలనని ప్రతిజ్ఞ చేసి చెప్పియున్నాము.

ఇంగ్లాండులో బడిపిల్లలను కాపాడున తనిఫి చేయు 1907 లో ప్రారంభించిరి. అప్పుడు నూటికి 10 మంది పిల్లలను క్రమే ఆహారలోప మున దుర్బలమై యున్నట్లు నిర్ణయించిరి. ఇప్పుడు అటువంటిపిల్లలు నూటికి ఒక్కడు మాత్రమే అచట లేకలేదు లేదు చున్నాడు.

అవగా ఆ దేశంలోని పిల్లలలో చివరికి 50లకు లకుంది పిల్లలలో 50 వేలమంది మాత్రము ఆహారలోపమున దుర్బలమై యుండును. కాని మద్రాసుకొల్లెయలో 5 సం.ముందు 15 సం. ల ప్రాయంగల పిల్లలను 110 లకును మొదలు 120 లకులవరకు ఉన్నాడు. కాబట్టి పిల్లల నూటికి 25 వంతుమంది ఆహారలోపకారణమున దుర్బలమై యిరెక్కలేదు. కనక యా రాష్ట్రంలో 80 లకులమంది పిల్లలు పుట్టిన ఆహారలోపకర దుర్బలమై యున్నారని. ఇది చాలాగోరవైన సంగతి.

ఈ విషయంలో యితరకచ్చి నీకర మైన రెక్క వివరములను తయారుచేయవలెను. పరీక్షింపు లను నమను సరిగా గ్రహించవలెను. కోజు 1 శిశువయెండు మొదలు ఒక వయెండువరకు 3 కు ను ఎక్కువ పాలను పిల్లలకు యిచ్చుటవల్ల దుర్బలమై యెట్లులు దృఢకార్యలభించుచున్నారని ఇంగ్లాండులో పెద్ద ఎత్తున జరిగిన పరీక్షాఫలములను గూర్చి చెబుగల్గిరి. అదేవిధంగా భూదేశంలోనూ ఒక జిల్లా స్కూలు పిల్లలచే పరీక్షించగా కొంతమంది పాలు త్రాగించుట వల్ల వారి ఆరోగ్యం వృద్ధి పొందినట్లుగా గమనించెదె.

కనుక గర్భవతిలైన స్త్రీలను ప్రభుత్వవైజ్ఞ రిజిస్ట్రలు బాల బాలికలకు పుష్టికరమైన ఆహారద్రవ్యములను సరిగా భుజించు ఆవశ్యక మని ఆరోగ్య శాఖవారు ప్రజలకు ఎక్కువగా బోధించి పోషించుచుండవలెను అందువల్ల విజ్ఞమ ఆరోగ్యశాఖాధికారి ఎక్కువగా కాన్పించ గలను రికరమైన అభివృద్ధి నివాసంగానే కాక గలదు

మకరధ్వజరసాయనము భుజ్యమను తగ్గించి కర్మమున శుభ్రవరచి రేయిండు అతి శ్రద్ధావలన మత్తులకు హస్తీ నేనామన కాంతి, బియ్యము, యాంత్రికపుష్టి రక్తకృత్తి మొదలు మును, మిక్కిలి లలితాదృశ్య ము గలగజేడి రీతి కాలుమనెడల విరక్తమున చాల వరకు విజయము. 60 మాత్రల సీసా 1:కి 2:కి పోస్టికతో కలుపుచు వుండెను.

పి. ఆర్. మెడికల్ హాస్పిటల్ వారి సాహిత్య రామచంద్రకం. (చూపు గీ యాగ్ధ్యము కో నె ను. 60.2)

Advertisement for 'నతి - అనసూయ' (Nathi - Anasuya) featuring two women and a man. The text includes the title 'నతి - అనసూయ' and 'ధ్రువ - విజయము' (Dhruva - Vijayam). It also mentions 'మరియు' (And) and 'విశాఖ వట్టణము' (Vishakhapatnam). The ad promotes a film or play, with details about the cast and the location. The text is in Telugu and includes a large title 'నతి - అనసూయ' and 'ధ్రువ - విజయము'.











[illegible]







# స్వానికవార్తలు

చెన్న పురిలో ఎంజ వేడిమి

అధ్యక్షులు 802 డిగ్రీలు

చెన్నపురియందు  
దీపములు వెలిగియవేళ  
శుభ 30 వ తేదీ సాయం. 6-54 గం  
మే 1 వ తేదీ సాయం. 6-54 గం

**మ ద్రాసు**

కార్పొరేషను చేజ్ యోనంగీతము  
శ్రేణు 30 వ తేదీ సాయంకాలము 4 గంటల నుండి 4-30 గంటలవరకు ఆప్టర్ కథ (బహిరి లభగాను.)  
సాయంకాలము 5-30 గంటలకు తే. యస్ బుద్ధిబాబుగారు దక్షిణచేశపుః సంగీతము (నే నాద్యము).  
మే 1 వ తేదీ సాయంకాలము 5-30 గంటల మిన తే. రత్నమ్మగారు దక్షిణచేశపుః సంతము (గాత్రము).

---

**మదరాసు కార్పొరేషను సభ**

మదరాసు కార్పొరేషనుయొక్క సాధారణ రాబోల్ మే 5 వ తేదీ సాయంకాలము 5-15 గంటలకు రిప్పును భవనములో జరుగును.

---

**మదరాసు విశ్వవిద్యాలయ పరీక్షా ఫలితములు**

మదరాసు విశ్వవిద్యాలయం బి. ఎ. ఆడర్ ఎం.ఎ. డిగ్రీ పరీక్ష ఫలితములు 2, 3, 4, బా

1-న తేదీ సాయంకాలము 4 గంటలకు "సెనేట్" మంజూరు చేసిన ప్రకటనను బయటపెట్టినది.

57 గృహములో ఉపయోగించుట. ఎల్లరుచిచ్చం  
ప్రాధియలు.

ఒక సవరణ

మద్రాసు, ఏప్రిల్ 29:-  
విన్నపించునది కలెక్టరు కీ|| శ్రీ|| కలెక్టరు  
సాక్షుల సాక్షుల ముగియును గూర్చి, పశువు

రోడ్డుల నిర్మాణమునకు తోడ్పాటును అనుభవించు  
బహుళగ రోడ్డుల పనులకు తోడ్పాటును  
వాస్తవ పంపిన వాళే పొరపాటున పంపిరి.

చెన్నారాష్ట్రమునకు నుండునభిగత 27వ తేదీ  
నియం, జిహ్వలముహూర్త సాహాయ్యగారి అభి  
క్షరేను జరిగెను. వేనుకపెసంపూర్ణముడుగ నుం

న ఖా|| బా|| మహానాథుని బాధా సోపానముగా  
యొక్కయు, ఖా|| బా|| శైవస్థాన పాపాపాపముగా  
యొక్కయు మరలను సజ్జననధూతి డెను  
తీర్థాస్థులు గావించుచును, బంధాయులు  
యదీసిన జరిగిన అఖిల భూతి ముక్తియగుచు వా  
గవనుచున్నను గావించుచున్న తీర్థాస్థులు మ  
నసలో నున్నవని రికాన్యమయి డెను.

**రాకావతలు**

మహాను, ఏలైలు 29:-

గౌ|| పి. టి. రామనాథుడు ఉడతమండలం

[illegible]

జే. కే. మిశ్రాచే గారు నిన్నరాత్రి పా  
నూరుకు వెళ్ళిరి.

తమిళనాడు కాంగ్రెసు సంఘ  
సమావేశము  
తమిళనాడు కాంగ్రెసు సంఘ సమావేశ  
సేతుపతియన శ్రీ యస్. సత్యమూర్తిగ  
అధ్యక్షతన కాంగ్రెసు భవనములో జరిగె.  
కార్యనిర్వాహకముననుగుణించిన సామాన్య

విష్వములు మొదట సన్నిపంబుడైను. తరువాత  
రాజుతో ఎన్నికల విష్వమునున్న పక్ష  
గాను. ఓటింగు అధికారముల ప్రభు అధిక  
కాదును. ఈమనములను చూచుచు ఓటర్లు బా  
లలో ఎక్కించుచు యేకపక్షతనవి విష్వ  
మొకవారికి కమిటీవారు గాంచివచ్చనియు  
కావ్యవహరము లెల్లా కమిటీవారు ప్రభు  
సహకారముల నవి కార్యకర్తలు సమర్థము లి  
కమిటీవారు చురచుచునవియు ఓటర్లొంబుడై  
కమిటీవారు సేవకర్తలుగాను మిరిసి సహానేక  
మొదటిసన్నిపంబులను ఆహ్వానించుచు















ది సౌత్ ఇండియా కో - ఆపరేటివ్ ఇన్స్ట్రుమెన్టు  
సొసైటీ, లిమిటెడ్,  
చార్టర్డ్ బ్యాంక్ లిమిటెడ్, హాస్టల్ నెట్వర్క్ 182, మద్రాసు.  
ప్రెసిడెంట్: పి. రామదాసుగారు, బి. ఏ. వి. యల్.  
మహా యరీ శ్రీరామచంద్రులు, ముగ్గురకూ, తక్కువరకూ ప్రజలకును పబ్లికల్ ప్రజలకును  
భీమాసౌకర్యము లాసనను నువ్వేర్చుకుంటే పాపంపనివేదె.  
ఈ సామైయెక్ట్ నీవేర్చుకు, ఆరికనలెక్టు, నీగంతరాళినివేర్చు కేంద్రమును ప్రజా  
రక మున్నది నివేర్చుచుంటారునలుగా నున్నది. దినుక తెలివిన ఒక నువ్వేర్చు ప్రజాకాంక్ష  
యక్ట్ అట్టిపాటుచే దినుక తార్కాము.  
“సామైయెక్ట్ పున్నదివేదెనను తక్కువరకూ నున్నది. చామైయెక్ట్ సానము  
నావ అట్టిచేయుచుగా నున్నది. పాలిటార్కటల్ లెక్టురకూ నుండనలు స్రమియుచేర్చు  
యరుచుచుచుచుచు, క్రొత్తగా నెరిగివిన కంపెనీలలో దినుక యదే సాటిగా నున్నది.”  
“ఇండియన్ ఫైనాన్సు”.